

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав.Савченко И.А.

Меню
2 Июня 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепта
		Выход	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп молочный с макаронами	180/200	5,58	6,12	19,73	156,1	
	Масло сливочное(порциями)	6,00	0,03	3,63	0,04	37,4	
	Сыр твердый	13,00	2	2,70	0	35	
	Батон	30,00	2,4	0,46	14,62	73,4	
	Чай с сахаром	180/200	0,12	0,03	8,02	28,03	*
Итого за завтрак		481/551	34,39	28,11	177,9	470,9	
Обед	Суп рисовый	180/200	1,85	6,19	12,34	112,5	*
	Рыба тушеная в т/с	70	10,78	12,91	3,96	175,2	
	Каша пшенная	130/150	6,57	6,42	39,1	241,2	
	Хлеб пшеничный	50	4,05	0,5	24,4	121	
	Хлеб ржаной	40	3,87	0,7	18,85	100,5	
	Компот из сухофруктов	180/200	0,56	0	27,89	113,8	
Итого за обед		610/720	28,68	26,77	128,5	873,1	

Полдник	Печенье	40	2,6	22,8	30,24	138,4	*
	Сок фруктовый	180/200	0	0	11,2	45	*
Итого за полдник		210/230	2,6	22,8	41,44	183,4	
Ужин	Сырники в сладком соусе	180	7,28	6,98	27,1	197,7	
	Какао с молоком	180/200	3,77	3,93	25,95	153,9	
Итого за ужин		330/400	11,05	10,91	53,05	351,7	